



3. Lüneburger Heide Staffellauf und Ultra-Marathon Lüneburg / 18.06.2022

Detalizēti rezultāti

Oepen-Hogrefe Nicolas

Numurs: 153

Posms: 100.00 km

Ultra-Marathon

Grupa:

Senioren M30 (30-34 Jahre)

Kopējais laiks: 9:42:42

Ātrums: 10.30 km/h

Skrējiena izpildījums: 05:49 min/km

Vieta distancē/Kopā: 3 (no 102)

Vieta distancē/Vīrieši: 3 (no 86)

Distances labākais laiks: 8:42:41

Vieta grupā: 1(no 8)

Grupas labākais laiks: 9:42:42

Vidējie laiki

Posma rezultāts

Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums Vīrieši	Vietāztrūkums Vīrieši
Südergellersen	10.30	58:02	5:38	3	10:05	25	10:05	10.30	58:02	5:38	3	10:05	25	10:05
Amelinghausen	13.80	1:17:06	5:35	3	12:48	11	12:54	24.10	2:15:08	5:36	3	22:53	16	22:53
Schwindebeck	9.40	52:35	5:35	2	8:02	10	8:41	33.50	3:07:43	5:36	3	30:55	14	50:23
Bispingen	8.90	51:42	5:48	2	7:44	9	9:40	42.40	3:59:25	5:38	2	38:39	15	1:42:05
Overhaverbeck	10.80	1:01:38	5:42	2	3:06	7	7:58	53.20	5:01:03	5:39	2	41:45	9	46:41
Undeloh	6.90	40:27	5:51	2	0:06	5	5:51	60.10	5:41:30	5:40	2	41:51	11	44:31
Egestorf	9.20	57:22	6:14	1	-	5	7:46	69.30	6:38:52	5:45	2	36:41	8	46:43
Salzhausen	10.70	1:05:19	6:06	1	-	3	7:52	80.00	7:44:11	5:48	2	27:56	7	51:56
Südergellersen	10.90	1:06:36	6:06	1	-	3	2:25	90.90	8:50:47	5:50	2	3:10	5	54:21
Sülzwiesen	9.10	51:55	5:42	1	-	3	5:40	100.00	9:42:42	5:49	1	-	3	1:00:01